		予定献立表 (B) 献立目標:						R 7 .12		
日/曜日	献立名	主に体を作るも 1群	5と(赤) 2群	主に体の調子を	を整えるもと(緑) 4群	主にエネルギー <i>0</i> 5群	もと(黄) 6群	<u> </u>	小学校エネルギー	中学校エネルギー
		#	牛乳·小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜果物	米・パン・めん いも・砂糖・豆	油脂種実など	調味料	たんぱく質脂質食塩	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
-	ごはん ぎゅうにゅう	八立・八立委吅			<b>本物</b>	米	住大なこ		. 602kcal	795kca
1	きゅうにゅう たらのあまずあんかけ :	たら 大豆粉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	砂糖 片栗粉	油	酒 チキンスープ 酢 醤油	25.2g	31.7g
	チンゲンサイのあえもの			チンゲンサイ	もやし		ごま油	醤油 塩	19g	23.2g
月	わかめじる    りんごヨーグルト(中のみ) <mark> </mark>	豆腐	わかめ りんごヨーグルト	葉ねぎ	白菜 大根 ぶなしめじ			醤油 塩 かつお節 だし昆布	1.49	29
	ごはん		41-10	★袋井中学校	希望献立★	*			601kcal	746kca
2	きゅうにゅう	豚肉	牛乳		玉ねぎ しょうが	砂糖 片栗粉	油	醤油 みりん 酒	28.3g	34.8g
		かつお節			にんにく きゅうり	砂糖	ごま油	醤油	20g	24g
火		豆腐 鶏肉		水菜 にんじん	大根			醤油 みりん 塩 酒 かつお節 だし昆布	1.4g	2g
	りんごチップパン		脱脂粉乳		りんご	小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		
3	きゅうにゅう (のりょ)	S . 1 — #D	牛乳			<u> </u>	<u>.</u>	塩 こしょう ワイン	683kcal	876kca
	しいらのカーリックやき	しいら 大豆粉 大豆粉		パセリ	<b>キャベツ</b> コーン	砂糖	油 ドレッシング	ガーリックパウダー 酢 塩 こしょう	34g	41.9g
лk		ヘ豆材 ウインナー 大豆粉	脱脂粉乳	にんじん	エねぎ <b>白菜</b>	小麦粉 じゃがいも	バター 油 生クリーム	ワイン コンソメ	. 26.9g	33.5g
	チーズ	>1>> >CLE48	牛乳 チーズ	チンゲンサイ	110C DX		生クリーム	塩 こしょう	2.2g	3.2g
1	むぎごはん ぎゅうにゅう あつあげのあんかけ		4L 전			<b>米</b> 大麦			. 660kcal	812kca
4	あつあげのあんかけ	厚揚げ 鶏肉	牛乳		たけのこ しょうが	片栗粉 砂糖	ごま油	醤油 酒 かつお節 だし昆布	21.6g	25.3g
木	やさいのこうみあぇ	'파티브' 그 로 스트베		チンゲンサイ	キャベツ にんにく	さつまいも	ごま油	醤油 塩 かつお節 だし昆布	18.9g	20.5g
小	みかん	油揚げ みそ 大豆粉		小松菜 にんじん	玉ねぎ <b>しいたけ</b> みかん	37500		かりの即 たし託布	1.3g	1.4g
	アルファかまい非常時に備えて		A-의	★防災	給食★	アルファ化米			- 643kcal	752kca
5	ぎゅうにゅう びちくカレー		牛乳	(にんじん トマト)	(玉ねぎ にんにく)	(じゃがいも 砂糖	(油)	(カレー粉 塩)	16.8g	18.6g
		ウインナー	l	にんじん (マイ・)	キャベツ	片栗粉)	油	コンソメ 塩 こしょう	16.1g	16.8g
金	フルーツゼリーミックス				ももシロップ漬け アロエシロップ漬け	ぶどうゼリー はちみつ		ワイン	2.9g	3g
	ごはん ぎゅうにゅう				アロエンロッフ漠门	<del>米</del>			614kcal	765kca
8	ぎゅうにゅう ししゃものいそべやき だいこんのゆかりあえ		牛乳 ししゃも 青のり			片栗粉	油	洒	25.9g	31.8g
_	だいこんのゆかりあえ 🌉		OUTO HOS	<b>チンゲンサイ</b> ゆかり粉	大根	/1.**f0	741	<b>選</b> 油	20g	24.1g
月	しいいどうふ () () ()	豆腐 鶏肉 かまぼこ		にんじん 葉ねぎ	玉ねぎ たけのこ しいたけ	砂糖		醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布	1.7g	2.1g
	<u>ちゅうかめん</u>		牛乳	★浅羽東小学	校 希望献立★	小麦粉	塩		621kcal	781kca
9	ぎゅうにゅう    あげぎょうざ	鶏肉 大豆粉	十孔	にら	<b>キャベツ</b> しょうが	片栗粉 <b>小麦粉</b>	油ごま油	塩 こしょう 醤油 酒	29.7g	36.8g
	チンゲンサイとコーンのサラダ	大豆ミート		チンゲンサイ	にんにく コーン	餃子の皮 砂糖	油	酢塩こしょう	22.69	27.3g
火		豚肉		にんじん	<b>白菜</b> もやし <b>根深わぎ</b> にんにく しょうが		ごま油	ポークブイヨン 醤油 酒 塩こしょう	2g	2.69
	ごはん				ICNICC ULTIN	*		2027		
10	ぎゅうにゅう		牛乳		玉ねぎ たけのこ				647kcal	805kca
		卵 まぐろ油漬け 豆腐		葉ねぎ	しいたけ	砂糖砂糖	油	醤油 塩 かつお節 だし昆布	29.2g	34.6g
ж	あつあげのみそしる ( )	豚肉 厚揚げ みそ 大豆粉		小松菜 にんじん	大根 こんにゃく 白菜 根深ねぎ	位9相言		醤油 みりん かつお節 だし昆布 かつお節 だし昆布	. 20.6g	25.2g
小	ヨーグルト ふりかけ(中のみ)		ヨーグルト (昆布 のり)	(抹茶)		(米 片栗粉 砂糖)		/ U - \	1.8g	2.4g
		えび 高野豆腐	(民作 のり)	きぬさや	ごぼう たけのこ しいたけ	(木 万米桁 砂糖) 米 砂糖		(塩) 醤油 酢 みりん	612kcal	754kca
11	ぎゅうにゅう	えび 同野立隊	牛乳			A 12/00		酒塩 かつお節 だし昆布	27.7g	32.4g
	しろみざかなのゆずふうみ	あかうお 大豆粉		★四国地方	وربا	砂糖 片栗粉	油	醤油 酒	20g	23.9g
木	もやしとわかめのあえもの つきなじる	油揚げ	わかめ	小松菜 にんじん	もやし コーン 大根 ぶなしめじ	砂糖 白玉だんご	ごま油	酢 醤油 塩 醤油 みりん 塩 かつお節 だし昆布	2g	39
10	ロールパン (偽験) \゚!		脱脂粉乳	4-18-2K 1-10-10		小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		
12		鶴肉 大豆粉	牛乳		しょうが にんにく	はちみつ 片栗粉		醤油 ワイン 塩 こしょう	688kcal	836kca
	カラフルサラダ	P9F3 7 X4410		<b>プロッコリー</b> パプリカ(赤)	コーン	さつまりも	ドレッシング	塩 こしょう	29.5g	35.1g
金	ABCスープ	ベーコン		バフウカ(赤) にんじん <b>チンゲンサイ</b>	玉ねぎ キャベツ セロリ	マカロニ	オリーブ油	ワイン コンソメ 醤油 塩 こしょう	31.4g	36.1g
	おたのしみケーキ	(卵)	(乳製品)			(砂糖 小麦粉 水あめ チョコレート)		(ココアパウダー)	1.8g	2.7g
	こはん こうしょう		4L 전			ala				
15	ぎゅうにゅう				[	*			601kcal	781kca
	わふっハンハークギム  ハーノリ	豚肉 大豆ミート 豆乳	牛乳		玉ねぎ ★4	砂糖 片亜鉛	油	塩 ワイン こしょう ナツメグ	601kcal 26.8g	781kca 35g
_	ほうれんそういりあえもの	豚肉 大豆ミート 豆乳 大豆粉 高野豆腐粉	T-96	ほうれんそう	玉ねぎ <b>大根</b> もやし	砂糖 片栗粉	油ごま油	塩 ワイン こしょう ナツメグ 露油 酒 みりん		
月	ほうれんそういりあえもの みそしる	豚肉 大豆ミート 豆乳 大豆粉 高野豆腐粉 豆腐 みそ 大豆粉	わかめ	ほうれんそう にんじん <b>小松菜</b>	玉ねぎ <b>大根</b> もやし <b>キャベツ</b> えのきたけ	砂糖 片栗粉	油ごま油	醤油 酒 みりん	26.8g	35g
月	13が3バンバーフあらしアース ほうれんそういりあえもの みそしる チーズ(中のみ)	大豆粉 高野豆腐粉			もやし			醤油 酒 みりん 醤油	26.8g 19.1g 1.7g	35g 25.4g 2.7g
	ほうれんそういりあえもの みそしる ナーズ(中のみ) むぎごはん ぎゅうにゅう	大豆粉 高野豆腐粉	わかめ		もやし	<b>米</b> 大麦		醤油 酒 みりん 醤油	26.89 19.19 1.79 597kcal	35g 25.4g 2.7g 736kca
	はうれんそういりあえもの かそしる チーズ(中のみ) むぎごはん ぎゅうにゅう さけのねぎみそやき	大豆粉 高野豆腐粉 豆腐 みそ 大豆粉 鮭 みそ 大豆粉	わかめ チーズ	にんじん 小松菜	もやし キャベツ えのきたけ 根深わぎ	<b>米</b> 大麦 砂糖	ごま油	震油 酒 みりん 製油 かつお節 だし昆布 酒 みりん	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89	359 25.49 2.79 736kca 36.49
	はうれんそういりあえもの みそしる チーズ(中のみ) むきごはん きゅうにゅう さけのねぎみそやき しらたきのいためもの	大豆粉 高野豆腐粉 豆腐 みそ 大豆粉	わかめ チーズ		もやし <b>キャベツ</b> えのきたけ	<b>米</b> 大麦	ごま油	整油 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布	26.89 19.19 1.79 597kcal	359 25.49 2.79 736kca
16 火	はうれんそういりあえもの みそしる チーズ(中のみ) むきごはん でもうにゅう さけのねぎみそやき しらたきのいためもの のっぺいじる げんまいロール/	大豆粉 高野豆腐粉  豆腐 みそ 大豆粉  鮭 みそ 大豆粉  ペーコン	わかめ チーズ 牛乳 脱脂粉乳	にんじん 小松菜	もやし キャベツ えのきたけ 根深わぎ コーン こんにゃく	# 大麦 砂糖 砂糖 片栗粉	ごま油	震油 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布 酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29
16 火	はされんそういりあえもの みそしる チーズ(中のみ) むきごはん きゅうにゅう さけのねぎみそやき しらたきのいためもの のつべいじる げんまいロール/ きゅうにゅう	大豆粉、高野豆腐粉 豆腐 みそ 大豆粉 鮭 みそ 大豆粉 ベーコン 鶏肉 油揚げ	わかめ チーズ 牛乳	にんじん 小松菜	もやし キャベツ えのきたけ 椎深わき コーン こんにゃく 大様 ごぼう 玉ねぎ エリンギ	米 大麦 砂糖 砂糖 片栗粉 さどは 片栗粉	ごま油 油 ごま油 ショートニング	震油 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布 酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 塩 歩 つつお節 だし昆布 塩	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29
16 火	は、これんそういりあえもの みでしる チーズ(中のみ) むきごはん きゅうにゅう さけのねぎみそやき しらたきのいためもの のっぺいじる げんまいロールと ぎゅうにゅう とりにくとだいずのトマトにこみ	大豆粉 高野豆腐粉  豆腐 みそ 大豆粉  鮭 みそ 大豆粉  ペーコン	わかめ チーズ 牛乳 脱脂粉乳	にんじん 小松葉 <b>キンケンサイ</b> 小松菜 にんじん	もやし キャベツ えのきたけ 様深わぎ コーン こんにゃく 大根 ごぼう 玉ねき エリンギ にんにく	米 大麦 砂糖 砂糖 片栗粉 砂糖 片栗粉 小素粉 砂糖 玄米	ごま油 油 ごま油 ショートニング 油	醤油 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布 酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布 塩 ケチャップ 塩 コンソメ フイン ローレル こしょう	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29
16 火	は、これんそういりあえもの みでしる チーズ(中のみ) むきごはん きゅうにゅう さけのねぎみそやき しらたきのいためもの のっぺいじる げんまいロールと ぎゅうにゅう とりにくとだいずのトマトにこみ	大豆粉、高野豆腐粉 豆腐 みそ 大豆粉 鮭 みそ 大豆粉 ベーコン 鶏肉 油揚げ	わかめ チーズ 牛乳 脱脂粉乳	にんじん 小松葉  デンケンサイ  小松葉 にんじん	もやし キャベツ えのきたけ 椎深わき コーン こんにゃく 大様 ごぼう 玉ねぎ エリンギ	米 大麦 砂糖 片栗粉 立といち 片栗粉 小素粉 砂糖 玄米 米粉 砂糖	ごま油 油 ごま油 ショートニング	震油 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布 酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 塩 歩 つつお節 だし昆布 塩	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99
16 火 17	はうれんそういりあえもの みそしる チーズ(中のみ) むきごはん きゅうにゅう さけのねぎみそやき しらだきのいためもの のっぺいじる げんまいロール/ ぎゅうにゅう とりにくとだいずのトマトにこみ コーンサラダ ハニーナッツポテト	大豆粉、高野豆腐粉 豆腐 みそ 大豆粉 鮭 みそ 大豆粉 ベーコン 鶏肉 油揚げ	わかめ チーズ 牛乳 脱脂粉乳	にんじん 小松葉 <b>キンゲンサイ</b> 小松葉 にんじん にんじん プロッコリー トマト	もやし キャベツ えのきたけ 様深わぎ コーン こんにゃく 大根 ごほう 玉ねぎ エリンギ にんにく キャベツ コーン	来 大麦 砂糖 砂糖   大栗粉 ひ糖   大栗粉 ひを   大栗粉 小素粉 砂糖 玄米 米粉 砂糖 砂糖   さつま)   大栗粉	<ul><li>二ま油</li><li>油</li><li>二ま油</li><li>ショートニング</li><li>油</li><li>油</li></ul>	醤油 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布 酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布 塩 ケチャップ 塩 コンソメ フイン ローレル こしょう 酢 塩 こしょう	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29 26.49	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99 32.49 1.89
16 火 17	はうれんそういりあえもの みそしる チーズ(中のみ) むきごはん きゅうにゅう さけのねぎみそやき しらだきのいためもの のっぺいじる げんまいロール/ ぎゅうにゅう とりにくとだいずのトマトにこみ コーンサラダ ハニーナッツポテト	大豆粉 高野豆腐粉 豆腐 みそ 大豆粉  蛙 みそ 大豆粉  ベーコン 鶏肉 油揚げ  熟肉 大豆	わかめ チーズ 牛乳 脱脂粉乳	にんじん・小松葉  デンゲンサイ ・小松葉 にんじん  にんじん フロッコリー・・フト ・小松葉	もやし キャベツ えのきたけ 様深わぎ コーン こんにゃく 大様 ごほう 玉ねぎ エリンギ にんにく キャベツ コーン	米 大麦 砂糖 砂糖 片栗粉 立といち 片栗粉 小素粉 砂糖 玄米 米粉 砂糖 砂糖 さつまいた 砂糖 はちみつ 米 大麦	<ul><li>二ま油</li><li>油</li><li>二ま油</li><li>ショートニング</li><li>油</li><li>油</li></ul>	震油 漬 みりん 醤油 かつお節 だし昆布 酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布 塩 グチャップ 塩 コンソメ ワイン ローレル こしょう 酢 塩 こしょう 酢	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29 26.49	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99 32.49 1.89
16 火 17 水 18	は かった	大豆粉、高野豆腐粉 豆腐 みそ 大豆粉 鮭 みそ 大豆粉 ベーコン 鶏肉 油揚げ	わかめ チーズ 牛乳 脱脂粉乳 牛乳	にんじん 小松葉  デンケンサイ  小松葉 にんじん  にんじん プロッコリー トマト  小松葉  太 どまんなた バラリカ(赤)	もやし キャペツ えのきたけ 様深ゆき コーン こんにゃく 大様 ごぼう 玉ねぎ エリンギ にんにく キャペツ コーン い給食の日★ 玉ねぎ かなしめし しいでけ	来 大麦 砂糖 砂糖   大栗粉 ひ糖   大栗粉 ひを   大栗粉 小素粉 砂糖 玄米 米粉 砂糖 砂糖   さつま)   大栗粉	<ul><li>二ま油</li><li>油</li><li>二ま油</li><li>ショートニング</li><li>油</li><li>油</li></ul>	選油 酒 みりん 関油 かつお節 だし昆布  酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 塩 かつお節 だし昆布 塩 ケチャップ 塩 コンソメ ワイン、ローレル こしょう 酢 塩 こしょう  酢 塩 こしょう  酢 塩 ごりょう	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29 26.49 1.39	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99 32.49 1.89
16 火 17 水 18	は、	大豆粉 高野豆腐粉 豆腐 みそ 大豆粉  蛙 みそ 大豆粉  ベーコン 鶏肉 油揚げ  熟肉 大豆	わかめ チーズ 牛乳 脱脂粉乳 牛乳	にんじん 小松葉  デンケンサイ  小松葉 にんじん  にんじん プロッコー  ・マト  ・大と まんな ( パブリカ(赤)	もやし キャベツ えのきたけ 機深ゆぎ コーン こんにゃく 大根 ごぼう 玉ねぎ エリンギ にんにく キャベツ コーン い給食の日★ 玉ねぎ ぶなしめじ しいにけ 白素 様深ゆぎ	来 大麦 砂糖 砂糖   戸栗粉 立といち   戸栗粉 小素粉   砂糖   玄米 米粉   砂糖 砂糖   さつまいち 砂糖   さつまいち 砂糖   はちゅつ 米   大麦	にま抽 油 ごま油 ショートニング 油 油 カシューナッツ 油	震油 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布 酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布 塩 グチャップ 塩 コンソメ ブイン ローレル こしょう 酢 塩 こしょう 酢	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29 26.49 1.39	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99 32.49 1.89 756kca 30.39
16 火 17 水 18	は	大豆粉 高野豆腐粉  豆腐 みそ 大豆粉  鮭 みそ 大豆粉  ベーコン  鶏肉 油揚げ  )  鶏肉 大豆	わかめ チーズ 牛乳 脱脂粉乳 牛乳 牛乳	にんじん 小松葉  デンケンサイ  小松葉 にんじん  にんじん プロッコリー トマト  小松葉  太 どまんなた バラリカ(赤)	もやし キャペツ えのきたけ 様深ゆき コーン こんにゃく 大様 ごぼう 玉ねぎ エリンギ にんにく キャペツ コーン い給食の日★ 玉ねぎ かなしめし しいでけ	米 大麦 砂糖 砂糖 片栗粉 ウ糖 片栗粉 小素粉 砂糖 玄米 米粉 砂糖 砂糖 はちみつ 米 大麦	にま抽 油 ごま油 ショートニング 油 油 カシューナッツ 油	選油 酒 みりん 関油 かつお節 だし昆布  酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 塩 かつお節 だし昆布 塩 ケチャップ 塩 コンソメ ワイン、ローレル こしょう 酢 塩 こしょう  酢 塩 こしょう  酢 塩 ごりょう	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29 26.49 1.39 605kcal 24.89 17.99	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99 32.49 1.89 756kca 30.39 21.39
16 火 17 水 18	は からい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい で かっぱい で かっぱい で かっぱい で かっぱい で かっぱい で かっぱい じ る いっぱい で かっぱい じ る いっぱい で かっぱい じ る いっぱい で かっぱい で かっぱい じ る いっぱい で かっぱい かっちま で かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい	大豆粉 高野豆腐粉 豆腐 みそ 大豆粉  蛙 みそ 大豆粉  ベーコン 鶏肉 油揚げ  ) 鶏肉 大豆  豚肉  豆腐 みそ 大豆粉	わかめ チーズ 牛乳 脱脂粉乳 牛乳	にんじん 小松葉  デンケンサイ  小松葉 にんじん  にんじん プロッコリー トマト  小松葉  太 どまんなた バラリカ(赤)	もやし キャベツ えのきたけ 権深めき コーン こんにゃく 大権 ごぼう 玉ねき エリンギ にんにく キャベツ・コーン い給食の日★ 玉ねき がなしめじ ししにけ 白葉 権深わき りんご	米 大麦 砂糖 / 洋栗粉 砂糖 / 洋栗粉 か糖 変称 変称 変称 変称 変称 変形	ごま油 油 こま油 ショートニング 油 カシューナッツ 油	適油 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布 酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布 塩 クチャップ 塩 コンソメ フイン ローレル こしょう 酢 塩 こしょう 酢 酢 塩 こしょう 酢 都 瀬 酢 醤油 酒 酢 醤油 酒 酢	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29 26.49 1.39 605kcal 24.89 17.99 1.69	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99 32.49 1.89 756kca 30.39 21.39 29
16 火 17 水 18	は	大豆粉 高野豆腐粉  豆腐 みそ 大豆粉  鮭 みそ 大豆粉  ベーコン  鶏肉 油揚げ  )  鶏肉 大豆	わかめ チーズ 牛乳 牛乳 脱脂粉乳 牛乳	にんじん 小松葉  デンケンサイ  小松葉 にんじん  にんじん プロッコリー トマト  小松葉  太 どまんなた バラリカ(赤)	もやし キャベツ えのきたけ 様深かき コーン こんにゃく 大様 ごぼう 玉ねぎ エリンギ にんにく。 キャベツ コーン いたけ 白葉 様深わき りんこ しょうが キャベツ	米 大麦 砂糖 砂糖 片栗粉 ひだいち 片栗粉 かま物 砂糖 玄米  米粉 砂糖 砂糖 はちゅつ 米 大麦 砂糖 片栗粉 砂糖 はちゅう	にま抽 油 ごま油 ショートニング 油 油 カシューナッツ 油	選油 酒 みりん 関油 かつお節 だし昆布  酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 塩 かつお節 だし昆布 塩 ケチャップ 塩 コンソメ ワイン、ローレル こしょう 酢 塩 こしょう  酢 塩 こしょう  酢 塩 ごりょう	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29 26.49 1.39 605kcal 24.89 17.99 1.69	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99 32.49 1.89 756kca 30.39 21.39 29 856kca 32.49
16 火 17 水 18	はこれんそういりあえもの かそしる チーズ(中のみ) むぎごはん ざゆうにゆう さけのねぎみそやき しらたきのいためもの のっぺいしる げんまいロール/ さゆうにゆう さりにくとだいずのトマトにこみ コーンサラダ ハニーナッツポテト むぎごはん ざゅうにゆう かくろいボークのあまずあんかけ、 チンプナイといたけのピリからあえ ふくろいのおいしさいっぱいみそしる りんこ こはん こはん こはん こになっこ こになん ごさっこにゅう かくろいボークのあまずあんかけ、 チンプナイといたけのピリからあえ ふくろいのおいしさいっぱいみそしる りんこ こになん こになん こになん ごさっこにゅう かくろいで、 こにないまたが、 こになん こにないまたが、 ここにないまたが、 ここにないないないないないないないないないないないないないないないないないないな	大豆粉 高野豆麻粉 - 豆腐 みそ 大豆粉 - 吐 みそ 大豆粉 - ・ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ チーズ 牛乳 牛乳 脱脂粉乳 牛乳	にんじん 小松葉  デンケンサイ  小松葉 にんじん  にんじん プロッコー  ・フト  ・プト  ・パンリカ(赤)  デンケンサイ  の松葉 にんじん	もやし キャベツ えのきたけ 様深かき コーン こんにゃく 大様 ごぼう 玉ねぎ エリンギ にんにく。 キャベツ コーン いたけ 白葉 様深わき りんこ しょうが キャベツ	米 大麦 砂糖 分離 片栗粉 ウむいち 片栗粉 小変粉 砂糖 玄米 米粉 砂糖 ジつまいち 砂糖 はちみつ 米 大麦 砂糖 片栗粉 砂糖 こつまいち ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ごま油 油 ごま油 ショートニング 油 油 カシューナッツ 油 ・ ごま油 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	選油 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布 酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 塩 かつお節 だし昆布 塩 クチャップ 塩 コンソメ ワイン ローレル こしょう 酢 塩 こしょう 酢 塩 こしょう 酢 塩 カカカカ だし昆布	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29 26.49 1.39 605kcal 24.89 17.99 1.69 683kcal 26.19	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99 32.49 1.89 21.39 29 856kca 32.49 27.79
16 火 17 水 18 木	はうれんそういりあえもの みそしる チーズ(中のみ) むきごはん をゅうにゅう さけのねぎみそやき しらたきのいためもの のっぺいじる げんまいロール/ ぎゅうにゅう とりにくとだいずのトマトにこみ コーンサラダ ハニーナッツポテト むぎごはん ぎゅうにゅう ないボークのあまずあんかけ、 チングンサイといいたけのピリからあえ、 ふくろいがボークのあまずあんかけ、 チングンサイといいたけのピリからあま、 ふくろいのおいとさいっぱいみそしる りんだ。 ごはん ごはん ごゅうにゅう ふくろいのおいとさいっぱいみそしる りんと ごはん ごからしのたったあげ ごまあえ おやこに	大豆粉 高野豆腐粉 豆腐 みそ 大豆粉  蛙 みそ 大豆粉  ベーコン 鶏肉 油揚げ  ) 鶏肉 大豆  豚肉  豆腐 みそ 大豆粉	わかめ チーズ 牛乳 牛乳 脱脂粉乳 牛乳	にんじん 小松葉  デンケンサイ  小松葉 にんじん  にんじん フロッコリー トフト  小松葉  **  **  **  **  **  **  **  **  **	もやし キャペツ えのきたけ 様深かぎ コーン こんにゃく 大様 ごぼう 王ねぎ エリンギ にんにく。 キャペツ コーン いたけ 白葉 様深わぎ りんこ しょうが キャペツ エねぎ こんにゃく たけのこ しいたけ 様潔のき	米 大麦 砂糖 砂糖   大栗粉 砂糖   大栗粉 小素粉   砂糖	ごま油 油 ごま油 ショートニング 油 油 カシューナッツ 油 ・ ごま油 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	震油 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布 酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布 塩 グチャップ 塩 コンソメ フイン ローレル こしょう 酢 塩 こしょう 酢 塩 こしょう 酢 塩 こしょう 酢 塩 たしまう 酢 塩 たしまう 酢 塩 たしまう 酢 塩 たしまう 酢 塩 こしょう 酢 煮 水 の た の た の た の た の た の た の た の た の た の	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29 26.49 1.39 605kcal 24.89 17.99 1.69	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99 32.49 1.89 756kca 30.39 21.39 29 856kca 32.49
16 火 17 水 18 木	はこれんぞういりあえもの みそしる チーズ(中のみ) むきごはん ごゅうにゅう さけのねぎみそやき しらたきのいためもの のっぺいじる げんまいロール/ ごゅうにゅう とりにくとだいずのトマトにこみ コーンサラダ ハニーナッツポテト むぎこはん きゅうにゅう ふくろいボークのあまずあんかけ チンゲンサイとしいたけのとりからあえ ふくろいボークのあまずあんかけ チンゲンサイとしいたけのとりからあえ ふくろいがよりないっぱいみそしる じんに こばん こばん これん これん これん これん これん これん これん これ	大豆粉 高野豆麻粉 - 豆腐 みそ 大豆粉 - 吐 みそ 大豆粉 - ・ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ チーズ 牛乳 牛乳 脱脂粉乳 牛乳	にんじん 小松葉  デンケンサイ  小松葉 にんじん  にんじん フロッコリー トフト  小松葉  **  **  **  **  **  **  **  **  **	もやし キャベツ えのきたけ  横深めき コーン こんにゃく 大相 ごぼう  正ねぎ エリンギ にんにく 大本ペツ コーン  い名食の日★ 正ねき ぶなしめじ  しいはけ 白菜 検深かき りんこ しょうが キャベツ エねぎ こんにゃく たけのこ しいたけ 横深的き  献立 ★	* 大麦  砂糖 ウさいも 片栗粉 小素粉 砂糖 玄米  ***********************************	ごま油 油 ごま油 ショートニング 油 油 カシューナッツ 油 ・ ごま油 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	選油 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布 酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 塩 かつお節 だし昆布 塩 クチャップ 塩 コンソメ ワイン ローレル こしょう 酢 塩 こしょう 酢 塩 こしょう 酢 塩 カカカカ だし昆布	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29 26.49 1.39 605kcal 24.89 17.99 1.69 683kcal 26.19	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99 32.49 1.89 21.39 29 856kca 32.49 27.79
16 火 17 水 18 木 19 金	は かんとういりあえもの みそした かっしか かっしか かっしか かっしか かっしゅう ではん かっしゃう ではん かっしゃう ではん いっぱい であったい であったい であったい であったい であったい であったい であったい であったい であまずあんかけ アングンサイといい たいさい しょうにゅう かくろい のおいけん さいかしのたったあげ でまあえ かっしゅう からあます あんかけ できなうにゅう かんしゃ かっちあげ できます かっといか しかしのたったあげ でまあえ かっしゅう しかしのたったあげ でまあえ かっしゃく いんしょく できゅうにゅう いかしのたったあげ できゅうにゅう いかしのたったあげ できゅうにゅう いかしのたったあげ できまる かっしゃく いんしゃく できゅうにゅう いかしのたったあげ できゅうにゅう いかしのたったあげ できゅうにゅう かんしゃく いんしゃく	大豆粉 高野豆麻粉 - 豆腐 みそ 大豆粉 - 吐 みそ 大豆粉 - ・ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ チーズ 牛乳	にんじん・小松葉  デンケンサイ  小松葉 にんじん  にんじん プロッコリー・フト・フト・フト・フト・フト・フト・フト・フト・ステリカ(赤)  デンケンサイ  の松葉 にんじん  小松葉 にんじん  *** *******************************	もやし キャベツ えのきたけ  横深わき コーン こんにゃく 大様 こぼう  玉ねき エリンギ にんばく 大大 こぼう  い名食の日★ 玉ねき かなしのし しいたけ 白女 横深わき リんに  しょうか キャベツ エねぎ こんにゃく たけのこ しいたけ 横深わき  献立 ★	米 大麦 砂糖 砂糖   大栗粉 砂糖   大栗粉 小素粉   砂糖	にま油 油 にま油 ショートニング 油 油 カシューナッツ 油 油 ここま油	適油 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布 酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 塩 かつお節 だし昆布 塩 クチャップ 塩 コンソメ フイン ローレル こしょう 酢 塩 かつお節 だし昆布	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29 26.49 1.39 605kcal 24.89 17.99 1.69 683kcal 26.19 22.89 1.29	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99 32.49 1.89 756kca 30.39 21.39 29 856kca 32.49 27.79
16 火 17 水 18 木 19 金	は	大豆粉 高野豆腐粉 - 豆腐 みそ 大豆粉 - 蛙 みそ 大豆粉 - 蛙 みそ 大豆粉 - ベーコン - 鶏肉 油揚げ	わかめ チーズ 牛乳	にんじん 小松葉  デンケンサイ  小松葉 にんじん  にんじん フロッコリー トフト  小松葉  **  **  **  **  **  **  **  **  **	もやし キャベツ えのきたけ  横深めき コーン こんにゃく 大相 ごぼう  正ねぎ エリンギ にんにく 大本ペツ コーン  い名食の日★ 正ねき ぶなしめじ  しいはけ 白菜 検深かき りんこ しょうが キャベツ エねぎ こんにゃく たけのこ しいたけ 横深的き  献立 ★	* 大麦  砂糖 ウさいも 片栗粉 小素粉 砂糖 玄米  ***********************************	ごま油 油 ごま油 ショートニング 油 油 カシューナッツ 油 ・ ごま油 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	選油 酒 みりん 関油 かつお節 だし昆布  酒 みりん 酒 オイスターソース 醤油 醤油 塩 かつお節 だし昆布 塩 ケチャップ 塩 コンソメ ワイン・ローレル こしょう 酢 塩 こしょう 酢 塩 こしょう 酢 塩 こしょう  酢 塩 油 酒 酢 醤油 酒 酢 醤油 方・油 かつお節 だし昆布	26.89 19.19 1.79 597kcal 30.89 16.49 1.69 678kcal 26.29 26.49 1.39 605kcal 24.89 17.99 1.69 683kcal 26.19 22.89 1.29	359 25.49 2.79 736kca 36.49 199 29 869kca 32.99 32.49 21.39 29 856kca 32.49 27.79 1.79

はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。 袋井産の食材は太字にしています。

役开催の異材は太子にしています。
材料の都合等により、献立が変更することがあります。
加工食品については、主な材料名のみ ( ) で表示をしてあります。
「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。
給食では、生卵、そば、いくら、キウイ、落花生、クルミ、ペカンナッツは使用しません。
魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。
給食に関してご質問がありましたら、中部学校給食センターまでお問い合わせください。(TEL:44−3231)

#### 「よくかんで食べよう」

かみごたえのある食材、窒息や誤嚥防止のため よくかんで食べてもらいたい日に、 この「よくかんで食べようマーク」がついています。

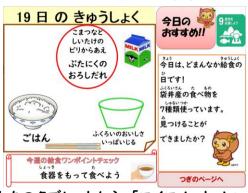




#### ~偏食・好き嫌いの改善にむけて~

子どもたちの偏食や好き嫌いを改善するためには、「食べてみようかな」と思えるきっかけづくりや楽しい食体験のつみ重ねが大切です。袋井市では、子どもたちに食への興味をもってもらえるよう、さまざまな取り組みを行っています。

# 視覚的資料を活用した食育指導





子どもたちのタブレットから、「ロイロノート」というアプリで、毎日の給食について詳しく学ぶことができます。

また、給食センターでの調理の様子や畑で野菜が栽培されている様子を動画で見ることもできます。

「<u>ロイロノート・資料箱→静岡県袋井市共有→給食」</u>より、家庭でも見ることができます。 ぜひ、お子さんと一緒にご覧ください。



### 収穫体験



袋井市では、子どもたちが市内の農家さんの畑で野菜を収穫したり、学校で筍やグリンピースなどの皮をむいたりする体験を行っています。食材に親しむことで、地場産物を身近に感じ、食べる意欲につながるよう取り組んでいます。収穫した野菜は翌日以降の給食で提供しています。

# 給食時間の訪問指導



栄養士が献立の紹介や、給食と関連づけながら食べることの大切さ・食べ方を子どもたちに伝えています。

また、各学年、発達や教科の学習に合わせてお話をしています。訪問指導を通じて食への理解を深めてもらえるよう取り組んでいます。